

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 50 (1993)  
**Heft:** 2: Naturheilkunde bei Tieren

**Artikel:** Edward Bachs Heilsystem der 38 Blüten  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-557551>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 19.02.2025

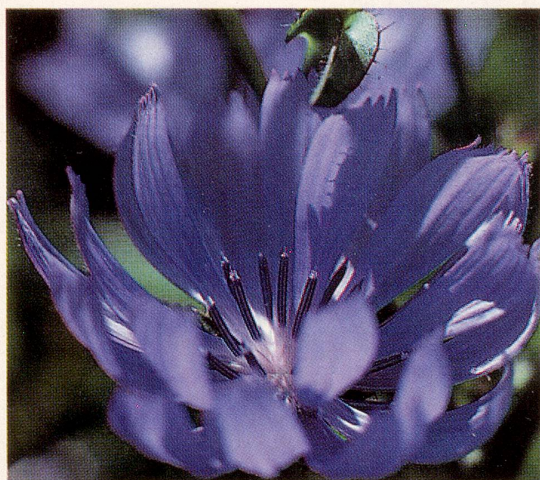
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Edward Bachs Heilsystem der 38 Blüten

Vor rund 60 Jahren erfand der englische Arzt Edward Bach die Bach-Blütentherapie. «Behandle nicht die Krankheit, sondern den kranken Menschen» war der Grundgedanke, der sein ganzes Schaffen durchdrang. Wie Alfred Vogel war auch Bach davon überzeugt, dass die Ursache vieler Krankheiten im Geist des Menschen liegt. Durch seine ausgeprägte Intuition und aussergewöhnliche Beobachtungsgabe fand er 38 Blüten, die – nach seinen Anleitungen eingenommen – 38 verschiedene Schwächen der menschlichen Psyche positiv beeinflussen.



Die Kirschkpflaume soll Menschen mit unbeherrschten Aggressionen und Ängsten helfen.

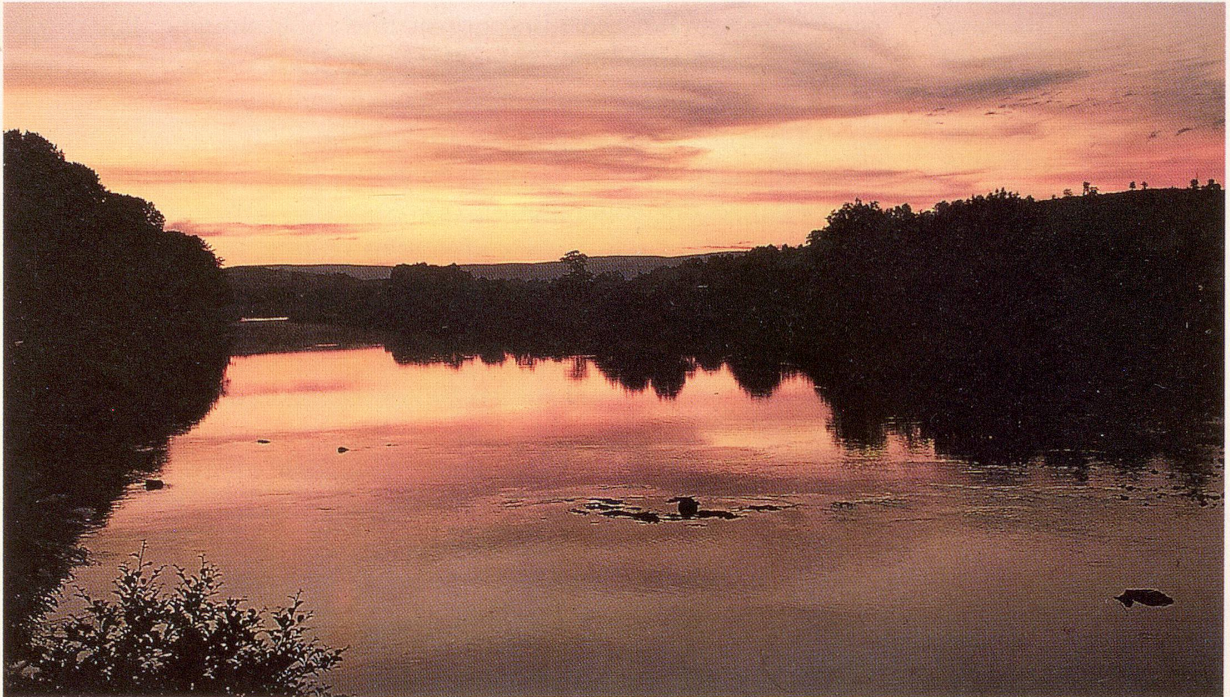


Besitzergreifende und aufdringliche Eigenschaften können mit Hilfe der Wegwarte besänftigt werden.

Bach wurde 1886 in der Nähe von Birmingham geboren. Schon als Kind prägten ihn zwei Eigenschaften, die sein Leben und sein Schaffen stark beeinflussten: die Liebe zur Natur und ein starkes Mitgefühl für alle Lebewesen. Sein Bedürfnis, anderen Menschen zu helfen, erweckte in ihm früh den Wunsch, Arzt zu werden. Nach der Schule arbeitete Bach zunächst drei Jahre in der Erzgiesserei seines Vaters, anschliessend studierte er Medizin und verwirklichte seinen Kindertraum. In London eröffnete er eine Allgemeinpraxis. Doch Bach empfand bald einen gewissen Unmut den Heilungsmethoden der Schulmedizin gegenüber, da letztere bloss die Symptome bekämpfte und die Persönlichkeit des einzelnen Menschen vernachlässigte. Schon während des Studiums hatte Bach entdeckt, dass bei der erfolgreichen Heilung einer Krankheit der Gemütszustand des Patienten eine bedeutende Rolle spielt. Die Lebenseinstellung und die psychische Verfassung des Leidenden zählten für ihn zu den wichtigsten Kriterien bei der Behandlung von körperlichen Krankheiten; er wollte den wirklichen Ursachen einer Krankheit auf den Grund gehen.

### Auf der Suche nach einer neuen, einfachen Heilkunst

Sein Bestreben, eine einfache und somit für alle Menschen zugängliche Heilmethode zu finden, führte Bach 1930 dazu, seine Praxis und seine wissenschaftliche Arbeit aufzugeben und London zu verlassen. Praktisch ohne finanzielle Mittel zog er in das kleine Küstenstädtchen Cromer in Norfolk um – während der folgenden Jahre sollte er immer



wieder Zeiten materieller Not erleben, da er seine Patienten zum grössten Teil unentgeltlich behandelte. Von Cromer aus durchwanderte er östliche und südliche Grafschaften Englands sowie Wales, das sagenumwitterte Land seiner eigenen Vorfahren.

Schon als Kind war Bach von dieser moor- und bergreichen Gegend fasziniert. Wales, die Heimat der alten Kelten, lässt einen an Sagenfiguren wie König Artus, den Helden Parsifal oder den Zauberer Merlin denken.

Die alten Kelten verfügten über eine weit entwickelte Heilkunst und vertraten bereits die Meinung, dass jede Krankheit auch eine Krankheit der Seele sei. Die keltische Überlieferung berichtet von der heilenden Wirkung der Urelemente Feuer (Sonne) und Wasser sowie der Kräuter und Pflanzen. Auf dieser Tradition baute auch Bach seine Heilmethode auf. Er entdeckte die «Sonnenmethode»: Durch die Einwirkung der Sonnenstrahlen lassen sich die Heilkräfte der frisch gepflückten Blüten auf frisches Quellwasser übertragen. Die Blüten der Bäume präparierte er durch seine später entwickelte «Kochmethode». Er durchstreifte Moore, Wälder, Küsten, Täler und Berge auf der Suche nach Heilpflanzen. Dabei entwickelte er eine ausgesprochene Sensitivität der Natur gegenüber. Es genügte, dass er eine Pflanze mit den Händen berührte oder ihre Blüte auf seine Zunge legte, um ihre Wirkung auf Körper und Geist zu spüren.

### **Die Entdeckung der 38 Blütenmittel**

Zunächst unterschied Edward Bach zwölf verschiedene negative Gemütszustände und suchte nach zwölf Blüten, die solche Stimmungen positiv beeinflussten und dadurch eine Heilung erzielten. Bach wählte seine Pflanzen sorgfältig und systematisch aus; so ver-

**Wales – das Land der Druiden und Elfen – übte auf Bach eine besondere Anziehung aus.**

**Literatur:**  
«Edward Bach: – Entdecker der Blüentherapie; sein Leben – seine Erkenntnisse», von Nora Weebs, ISBN 3-88034-391-8.  
«Neue Therapien mit Bach-Blüten, 1 und 2, von Dietmar Krämer, ISBN 3-7157-0125-0.  
«Die Seelenpflanzen des Edward Bach», von Mechthild Scheffer und Wolf-Dieter Storl, ISBN 3-88034-530-9.  
«Bach-Blüentherapie, Theorie und Praxis», von Mechthild Scheffer, ISBN 3-88034-102-8.

wendete er zum Beispiel nur schönste und vollkommene Blüten von wildwachsenden Blumen, Sträuchern und Bäumen. Beim Pflücken berücksichtigte er bestimmte Kriterien wie naturnahe Standorte und deren Bodenbeschaffenheit, die spezifische Blütezeit der verschiedenen Pflanzen und die Färbung einzelner Blätter. Sobald Bach die letzte Pflanze der sogenannten «zwölf Heiler» gefunden hatte, erkannte er, dass er sein System erweitern musste, um auch die hartnäckigsten negativen Seelenzustände zu heilen. Zu diesem Zweck fügte er seinen «zwölf Heilern» weitere sieben Pflanzen hinzu.

Neben den Forschungstätigkeiten behandelte Edward Bach zahlreiche Menschen mit seinen Blütenessenzen und sammelte dabei für die weitere Entwicklung seiner Blüentherapie äusserst wertvolle Erfahrungen. Er verbrachte viel Zeit damit, Menschen und ihre Verhaltensweisen genau zu studieren.

1934 liess Bach sich in Sotwell nieder, einem kleinen Dorf in der englischen Grafschaft Berkshire. Er beschloss, noch weitere 19 Blüten zu suchen. In dieser Zeit litt er nun oft selber an seelischen und körperlichen Beschwerden, für die er die entsprechenden Heilungsmöglichkeiten suchte. Sobald er jeweils die richtige Pflanze gefunden hatte, nahmen seine Leiden ein Ende. 1935 entdeckte Bach die letzte seiner 38 Blüten, und damit war sein Heilsystem vollständig; es deckte die bedeutendsten negativen Zustände der Psyche. Mit wenigen Ausnahmen stammen alle 38 Blütenessenzen aus England.

Bach starb 1936 in Sotwell. Er nannte seine Blüentherapie «eine Medizin der Zukunft», und obwohl sie sechs Jahrzehnte alt ist, hat sie erst in den letzten Jahren den ihr gebührenden Platz in der Naturheilkunde eingenommen. ●



Gegen Resignation: die Blüte der Heckenrose.



Bei übertriebenen Sorgen hilft die Blüte der Rosskastanie.

## Die Bach-Blüten und ihre Anwendung:

1. *Agrimony (Odermennig)*: Sorgen und Unruhe werden hinter einer Fassade von Fröhlichkeit versteckt.
2. *Aspen (Zitterpappel)*: undefinierbare Ängste, Vorahnungen, geheime Furcht.
3. *Beech (Rotbuche)*: Kritiksucht, Arroganz, Intoleranz, Vorurteile.
4. *Centaury (Tausendgüldenkrout)*: Willensschwäche, übertriebene Hilfsbereitschaft bis zur Selbstaufgabe, kann nicht nein sagen.
5. *Cerato (Bleiwurzel)*: Mangelndes Vertrauen in die eigene Intuition.
6. *Cherry Plum (Kirschkirsche)*: Angst vor dem inneren Loslassen; Angst, den Verstand zu verlieren; unbeherrschte Temperamentsausbrüche.
7. *Chestnut Bud (Knospe der Roskastanie)*: Die gleichen Fehler werden immer wieder begangen, weil die Erfahrungen nicht wirklich verarbeitet werden.
8. *Chicory (Wegwarte)*: Besitzergreifende Persönlichkeitshaltung, mischt sich überall ein, erwartet volle Zuwendung.
9. *Clematis (Weisse Waldrebe)*: Für Tagträumer, die mehr in der Phantasiewelt als in der Realität leben.
10. *Crab Apple (Holzapfel)*: Gefühl von Unreinheit (äusserlich oder innerlich), «Reinigungsblüte».
11. *Elm (Ulme)*: Das vorübergehende Gefühl, seiner Aufgabe oder Verantwortung nicht gewachsen zu sein.
12. *Gentian (Herbstenzian)*: Skeptisch, zweifelnd, pessimistisch.
13. *Gorse (Stechginster)*: Hoffnungslosigkeit, völlige Verzweiflung.
14. *Heather (Schottisches Heidekraut)*: Egozentrisch, völlig mit sich beschäftigt, braucht ständig Publikum.
15. *Holly (Stechpalme)*: Eifersucht, Misstrauen, Hass, Neid, Unzufriedenheit.
16. *Honeysuckle (Jelängerjelier)*: Beschäftigt sich mit der Vergangenheit, lebt nicht in der Gegenwart.
17. *Hornbeam (Weissbuche)*: Müdigkeit, geistige Erschöpfung – vorübergehend oder länger andauernd.
18. *Impatiens (Drüsentragendes Springkraut)*: Ungeduldig, leicht gereizt.
19. *Larch (Lärche)*: Erwartung von Misserfolgen durch mangelndes Selbstvertrauen, Minderwertigkeitskomplexe.
20. *Mimulus (Gefleckte Gauklerblume)*: Konkrete, definierbare Ängste; Schüchternheit; Furchtsamkeit.
21. *Mustard (Wilder Senf)*: Tiefe unerklärliche Melancholie, die plötzlich auftritt und wieder verschwindet.
22. *Oak (Eiche)*: Für niedergeschlagene Kämpfer, die trotz ihrer Erschöpfung nicht aufgeben.
23. *Olive (Olive)*: Extreme Erschöpfung von Körper und Geist.
24. *Pine (Schottische Kiefer)*: Selbstvorwürfe, Schuldgefühle, Mutlosigkeit.
25. *Red Chestnut (Rote Kastanie)*: Übertriebene Sorge und Angst um andere.
26. *Rock Rose (Gelbes Sonnenröschen)*: Extreme Angstgefühle, Panik, Schrecken, Entsetzen.
27. *Rock Water (Wasser aus heilkräftigen Quellen)*: Strenge und starre Ansichten, unterdrückte emotionale und körperliche Bedürfnisse.
28. *Scleranthus (Einjähriger Knäuel)*: Unschlüssig, sprunghaft, innerlich unausgeglichen.
29. *Star of Bethlehem (Doldiger Milchstern)*: «Seelentröster», hilft bei Folgeerscheinungen von körperlichen oder seelischen Erschütterungen.
30. *Sweet Chestnut (Edelkastanie)*: Tiefe, unerträgliche Verzweiflung.
31. *Vervain (Eisenkraut)*: Fanatisch, reizbar, man treibt Raubbau mit seinen Kräften.
32. *Vine (Weinrebe)*: Dominierend, machthungrig, ehrgeizig.
33. *Walnut (Walnuss)*: Verunsichert, beeinflussbar und wankelmütig bei einer Veränderung der Lebenssituation.
34. *Water Violet (Sumpfwasserfeder)*: Stolz und Überheblichkeit.
35. *White Chestnut (Weisse Kastanie)*: Gewisse Gedanken kreisen unaufhörlich im Kopf, Unkonzentriertheit.
36. *Wild Oat (Waldtresse)*: Unbestimmte Ziele; Unzufriedenheit.
37. *Wild Rose (Heckenrose)*: Gleichgültigkeit, Verlust der Lebensfreude, Resignation.
38. *Willow (Gelbe Weide)*: Verbitterung, innerer Groll.
39. *Rescue (Notfall-Tropfen)*: Eine Mischung aus Star of Bethlehem, Rock Rose, Impatiens, Cherry Plum und Clematis. Nach Schreck und schockierenden Erlebnissen.